

[复习大纲]高考物理冲刺阶段复习重点 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/104/2021\\_2022\\_\\_5B\\_E5\\_A4\\_8D\\_E4\\_B9\\_A0\\_E5\\_A4\\_A7\\_c65\\_104678.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/104/2021_2022__5B_E5_A4_8D_E4_B9_A0_E5_A4_A7_c65_104678.htm)

高考进入冲刺复习阶段了，这时候，同学们都做很多各类练习题，可还是有不少同学觉得自己物理成绩不理想，不知道这一阶段怎么复习才可以将成绩提高更多，甚至有的同学还产生了畏惧情绪，心理压力很重。其实，只要在最后的复习中调整好心态，认真做到以下几点，就一定能达到事半功倍的效果。

1. 回归课本 高考题目年年有变化，但考查学生“运用学过的知识灵活地分析问题和解决问题”的思路一直都没有变化。学过的知识究竟有哪些？这就要求同学们按照《考试说明》中的散落在课本中的知识点整理清楚，在自己的大脑中形成一个知识体系，达到将书“念薄”的境界。
2. 审视错题 同学们可以将以前做的试卷，篇子整理后，检视自己曾经出过失误的错题，从中找到自己知识上的漏洞，思维方式上的偏差，解题规范上的疏漏。对于这些错题尽量重新做一遍，在这个过程中要思考当初出错的原因，必要时还要重新回到课本澄清一些概念，总之，不要让同样的错误在高考中重现。
3. 选做真题 在冲刺阶段，同学们一定要正确处理研究高考试卷与选做模拟卷的关系。两类卷相比较，前者由专家命题，试题科学合理，逻辑性强，而后者则科学性较差。因此，这一阶段，同学们应慎选或不再做新的模拟题，但应该做一些近3年来的高考真题，并做认真的分析，以便进一步明确高考试题的命题思路和方式，同时，也可以达到检测自己对知识的掌握程度和在审题、解题能力方面是否有欠缺，方便最后的复

习巩固。4. 调整状态 在这个阶段要充分调整好自己的生理状态和心理状态，逐渐进入考试状态。生理上建议同学们在复习时要“看”“练”结合，可以把做真题的时间放在与高考理科综合同步的时间去做。这样除了可以保持高考复习所需要的训练量，还可以调节自己的生物钟，保证高考时让自己的大脑处于最佳状态。心理上则要建立信心，稳定情绪，不必焦虑不安甚至失去信心，冲刺时刻，谁的心态稳定，谁的复习效率就高，谁就能在最后的考试中取得好成绩。高考虽然迫在眉睫，但复习仍需贴近考纲，教材和自己的实际，只有扎实、灵活，科学得法，冲刺才能事半功倍，取得理想效果。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)